

Ponga a su bebé a dormir sin peligro

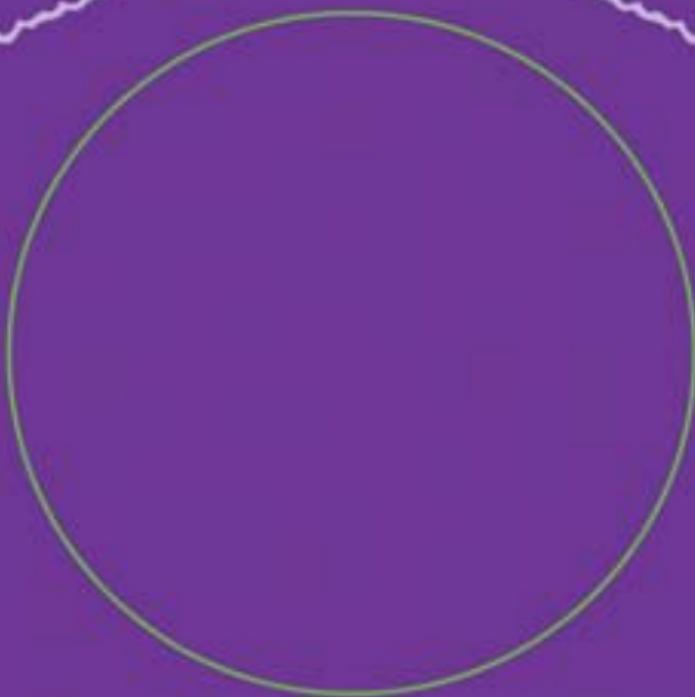
Reduzca el riesgo del síndrome de muerte súbita del bebé (SIDS, por sus siglas en inglés)

- Tanto para las siestas como por la noche, siempre ponga a su bebé a dormir boca arriba.
- Acueste al bebé en una superficie firme, como un colchón para cuna con seguridad aprobada, y cubra el colchón con una sábana ajustable.
- Mantenga todos los objetos suaves, juguetes y ropa de cama suelta fuera del área donde duerme su bebé.
- No permita que fumen cerca de su bebé.
- Mantenga el sitio donde duerme su bebé cerca, pero separado, de donde duerman usted y otras personas.
- Considere darle un chupete limpio y seco a su bebé cuando lo ponga a dormir.
- No deje que su bebé tenga demasiado calor al dormir.
- Evite usar productos que aseguran reducir el riesgo del síndrome de muerte súbita del bebé, ni tampoco use monitores caseros para reducir el riesgo de este síndrome.
- Disminuya la posibilidad de que se desarrollen áreas planas en la cabeza de su bebé: Ponga a su bebé sobre su barriguita cuando esté despierto y alguien lo esté vigilando. Evite que su bebé permanezca mucho tiempo en asientos para el carro, coches, cargadores o brincadores infantiles.

Para más información acerca del síndrome de muerte súbita del bebé,
llame al 1-800-505-CRIB (2742)
Campaña *Dormir Boca Arriba*
<http://www.nichd.nih.gov/SIDS/>



Instituto Nacional de Salud Infantil
y Desarrollo Humano



**Por favor, ponme
a dormir boca arriba**

